

培训军训完心得体会(优质7篇)

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

培训军训完心得体会篇一

这几天，公司新入职的8名内部保安在公司举行入职训练；本次的训练内容主要包括内保的相关管理规定、要求、格斗术等等，公司内部保安队伍自组建以来，坚持每天正常巡逻外的2.5个小时训练，强训练，出实效，内部队伍也在不断的加强、壮大，听着训练中字字口令，声如洪钟，另其他同事震撼不已。新入职内保的训练朝气和活力或许让许多同事精神为之一振，有冲劲才有战斗力，有战斗力才有为之不断奋斗的资本，当下时艰，有人抱着消极、低迷的状态每天低效的工作着，我想，他们如果看到这样一幕，怎么能不为所动呢，困难之即，积极应对才是走向阳光大道的必选，富有朝气的内保训练让我想到，我们作为现在公司的每一员，心态上真要学学他们，以一种积极的态势，挑战当前困难，喊出活力和战斗力，全员团结一致，克服艰难时局，从精、气、神多个层面给公司以活力。

经过银行举行的这次xx坪保安新队员培训，让我们体验到了军事生活，也进一步提高了自身身体素质和知识文化、消防应急措施，同时也深刻认识到作为一名保安队员的职责，在培训老师讲的几个细节，以及列举的案例，对我们帮助很大，使我受益匪浅，所以，我要求自己在工作中努力学习，在实践中慢慢成长。

首先分行为我们安排了五天的培训，体现了分行对队员素质

培训的注重，以及团队建设理念的注重，在这五天里，我体验了作为一名军人的荣耀，行军礼、跑步，每一个动作都要做到位，做到统一规范，队列整齐，口号响亮，特别是集合时，每一名队员都要最快最迅速到位，经过这五天的培训，我们能明显的感受到自己的进步，做事有组织性，不单独行动，也培养了我们吃苦耐劳的精神，同时也磨练了坚强的意志力和执行力，在培训期间培训老师组织我们各种活动，各种游戏，不仅增加我们同事之间的团结友爱，也更明白了团队的力量是最大的，只有我们团结一致才能更好的完成任务。

此次培训中让我感受最深的是，模拟二战时期德国穿越电网的游戏，在游戏中，明显的体现出了沟通、团结协作、以及队友与队友之间的默契配合的重要性，其次就是另外一个猜黑红的游戏更是让我们明白了两个团体的合作要想成功达成互利共赢的局面是离不开彼此之间的信任的。

培训军训完心得体会篇二

军训是每个大学生必须经历的一段时光，它不仅是大学生活的一部分，更是培养学生意志力、纪律性和团队精神的重要手段。军训通过训练学生的体质和心理素质，使他们能够适应军事化管理，增强自身能力，并为将来的工作与生活打下坚实的基础。

第二段：描述军训期间的体验和感受

在军训期间，我充分体验到了军队的作风和纪律。每天早晨起床整齐列队，进行早操和晨练，这个过程丝毫不容许拖延和懈怠。而且，军训中还有许多特殊的训练项目，如军姿教育、战术训练和军事理论等，使我们能够更全面地了解和学习军事技术。虽然军训过程中会有一些辛苦和紧张，但这些经历大大提升了我的自信心和毅力。

第三段：探讨军训对学生个人发展的影响

军训对于学生的个人发展影响深远。首先，军训让学生学会了遵守纪律和规章制度，这对个人自律和管理能力的培养至关重要。其次，军训提高了学生的身体素质，增强了他们的抵抗力和耐力。第三，军训还培养了学生的团队合作精神。在军训中，学生需要相互携手合作，达到良好配合的目标。这种团队合作的经验对于日后工作和生活中的合作能力有着重要的影响。

第四段：总结军训带给自己的收获

通过军训，我不仅收获了身心的锻炼，也得到了更多的成长和进步。首先，我学会了坚持。在枯燥乏味的训练和艰苦的生活环境下，我始终保持着对自己的要求和目标的坚持，逐渐形成了优秀的学习习惯和积极向上的心态。其次，军训让我变得更加自信。在军事化的训练中，我成功克服了一次又一次的困难和挑战，通过不断的努力和坚持，我的自信心得到了极大的提升。最后，军训让我认识到团队的力量。在与队友们共同努力的过程中，我深刻感受到了团队精神的重要性，也懂得了团队协作的价值。

第五段：展望未来并总结全文

军训及培训虽然只是大学生活中的一段时光，但它却对我们的成长和发展产生了重要的影响。通过军训，我们不仅获得了纪律、团队合作和坚持的能力，更重要的是，我们培养了正确的价值观和人生态度。在今后的生活中，我们将会面临更多的挑战和困难，但有了军训的经历和收获，我们相信我们能够勇往直前，迈向成功。

培训军训完心得体会篇三

我拖着疲惫的身体回到了屋子里，躺在温暖的小床上，吃着美味的薯片，不由得想起了两天艰苦的军训。

那时，我们兴高采烈地登上了大巴，却因为太吵而被教官狠狠地训了一顿；我们满肚子抱怨，只好闭上了嘴巴看风景，却被教官以不睡觉的理由个个把头摀下去。你可能会同情我们，但这只是灾难的开头。

我们来到了银瓶山野外拓展基地，开始穿军服，长袖、长裤的我们又加上长袖长裤的军服，其热度可想而知。也许这还不算什么，但教官还让我们系两条军用腰带。紧倒不算什么，但两条军用腰带把原本不怎么宽松的衣服密封起来了，使本来就不断升温的衣服变成了一个蒸笼。

“灾难”越来越多，在我们睡觉时也发生了灾难。我们洗澡时5人1组，1组5分钟，还剩一组没洗，似乎平安无事了，其他人睡着了，只剩下那一组边洗边说话，这时一个教官进来了：“谁让你们睡觉说话的，给我出来！个星星。”天啊，个星星，一个星星就是：蹲下来，手举高，抓一下。这个星星让我们抓了一个多小时，悲惨啊。

这次教育活动让我受到了磨练，使我从一个懒孩子变成了一个有责任心的孩子，我明白了：不会？不！那是你没有责任心。同时，经过一段磨练，我也能干了，能轻而易举举托起一箱牛奶了。

躺在床上，觉得，在那里时，天要回家，真的回来了，却还很留恋哩！

培训军训完心得体会篇四

军训和培训是学校生活的重要组成部分，它们旨在培养学生的纪律意识和团队合作精神。通过军训和培训，我深刻体会到了训练的艰辛和收获，下面，我将与大家分享一下我的心得体会。

第二段：军训的体会

军训是磨练毅力和团队合作精神的过程。在军训期间，我们每天清晨起床，迅速穿上军装，开始一天的训练。尤其是晨跑训练，我们需要在清晨的寒风中坚持跑步，并且保持整齐的队形。刚开始的时候，我常常感到吃力，但我明白只有坚持下去，才能获得收获。此外，军训还提高了我的纪律意识和服从性，通过听从指挥和协同作战，我们形成了紧密的团队。

第三段：培训的体会

培训是提高自身技能和增长知识的重要途径。在培训课程中，我学到了很多有用的知识和技能，比如如何提高沟通能力、如何领导团队、如何处理困难等等。这些都是我在日常生活中所需要的，培训为我提供了更好的发展机会。同时，在培训中，我还结识了很多志同道合的朋友，我们相互学习、努力进步，互相激励。这段时间的培训经历不仅让我获得了实际技能，还增进了我的社交能力。

第四段：军训和培训带给我的启示

通过军训和培训，我体会到了自身的不足和成长的空间。通过严格的训练和授课，我发现了自己存在的问题，并且找到了改进的方法。在军训中，我明白只有持之以恒地训练和努力，才能变得更强大。在培训中，我从他人的经验和知识中汲取营养，不断完善自己。这些经历对我今后的发展具有重要的指导意义，我会保持对自身的不断追求和学习，不停地提升自己的能力。

第五段：结语

总的来说，军训和培训是一次艰辛但充实的经历，它们让我意识到了自己的潜力和成长的空间。通过军训，我锤炼了毅力和团队合作精神。通过培训，我学到了实用的知识和技能。这些经历让我更加自信和成熟，也为我未来的发展铺平了道

路。我相信只要坚持努力，我一定可以取得更多的成绩。

培训军训完心得体会篇五

三天军训虽短，却给我们上了复旦附中的第一课。军训中，有苦，有累，但更多的却是无尽的快乐。

第一天军训，暴雨骤至，给大家一个下马威——好象老天有意告诉我们，军训不是闹着玩的。大家一起学习立正，稍息，一遍遍地做着枯燥无味的四面转。渐渐地，太阳又露出来。被雨水打湿的衣裳刚刚晾干，就又被汗水所浸湿。然而，汗水浸湿了衣裳，却无法打败大家的坚强。第一天，我们学会了坚韧不拔。第二天军训，艳阳高照。同学们腰酸脚痛，豆大的汗珠不断地从脸上滑落。然而，只要教官的命令，就没有人会擅自休息，即使脚下磨出了水泡。这一站，就是半个小时。教官不发话，整个班级就是一支整齐的队伍，没有一死一毫的动摇。第二天，我们学会了服从命令。第三天军训，要迎接下午的会操。为了班级的荣誉，每个方阵都一丝不苟地练习着集体的配合。从最简单的立正，稍息，到向右看齐，再到四面转法，最后到整个方阵的齐步行进，都不允许任何一个人犯一点差错。俗话说：差之毫厘，谬之千里。不错，前排同学小小的一个错误，就会是整个排面变乱，操场上，没一个方阵无数次地从这一头走到那一头，再从那一头跑到这一头。无数次的练习就是为了训练整支队伍的统——致。教官说：步调一致，整齐划一才是真正的军队。今天，我们又学会协调一致。三天的军训，我们付出了辛苦，付出了汗水。然而得到的却是一份沉甸甸的收获。我们学会了坚韧不拔，学会了服从命令。军训，就是要培养我们的品质，磨砺我们的意志。经历了军训，我们获益匪浅；通过了军训，我们无比骄傲。

在今天的结营式上，大家或许是备感自豪，或许是心喊解放。然而，毕竟我们经历了，我们努力了，我们能够说，军训后，我们更出色。

我们选择了坚持。尽管烈日炎炎，一分一秒地如此漫长，但在训练场上的我们昂首挺胸、精神饱满，认真进行着训练。最后的结果正像教官说的那样，胜利是属于我们的，我们用自己的汗水和努力换来的是结业式上完美的表演，赢来的是前来参加结业式的院领导、老师以及教官们的认同和掌声。

我们不否认的是，身为独生子女的我们习惯于独来独往，凡事先考虑到的是我们自己，而忽视了许多事是需要大家共同为之付出才能做好的。当我们把自己融在一个大集体时，个人的得失就显得微不足道，显现出的是一个团队的作用和力量。为了使这个团队有一个良好的精神面貌展现在全体教官的面前，为了给伟德增光添彩，不少同学是带病坚持训练的。我想如果没有这种集体意识和集体荣誉感，我们军训的效果也不会这样好。

在军训过程中，我们不但学会了一些军事常识，我们还学会了尊重他人。开始我们曾为一些小事与教官发生冲撞，以至于彼此之间产生了误会，说话语气也难免会重一些。但是我们随时都在反醒自己，毕竟军训的目的就是要让我们体验军人的生活，了解作为一名军人应遵循的基本准则；而教官们亦在调整，因为我们是学生，和真正的军人是有差别的。为了缓解偶尔出现的矛盾，我们坐在一起聊天，交换着各自的人生经历和对问题的看法，换位思考后彼此之间有了进一步了解的同时，我们也明白了军队铁的纪律，而教官们也接受了我们身上存在的一些问题。从中我们也体会到了学会理解和尊重他人，学会换位思考的重要性。许是离家在外，身在军营，我们的教官不能经常回家，所以他们对父母兄弟姐妹有着一种深深的思念，每次回家都会为父老乡亲们做点什么。他们对家乡的怀念和对父母的孝敬，感动了我们的同时，也使我们学会感激父母的养育之恩，所以在打伟德话回家时，我们会叮嘱父母上班时路上小心，不要吸烟，那有害身体健康；生病了记得要吃药，不要为了挣钱而忽略自己的健康；我们在基地生活很好和同学教官相处很融洽，请不要为我们担心~~~~~匆匆挂上伟德话，擦掉眼角的泪水，心中充满了无

限思念。可以说，军营的生活使我们的意志得到锻炼的同时，也使我们懂得了感恩，懂得了长大成人意味着什么。

难忘的军训，教会了我太多、太多。自信、奉献，尊重、感恩``````这些都一笔巨大的财富。

培训军训完心得体会篇六

通过培训，使我受益匪浅，认知了许多工作的盲点，学会了许多工作的技巧，掌握内训师必备的角色认知及必要条件，对今后的工作也充满了憧憬和信心。我认为这种培训对于提高自己的政治理论水平和业务水平都是十分重要的，主要有体会是：

本次培训计划的设计以及研讨活动的展开都紧紧围绕公司新入企员工培训全面集训环节这一主题。主要学习大学生心理辅导、团队建设、组织培训的流程和相关知识。使学员了解大学生的心理特征，掌握团队沟通、组织的基本原理和方法，提升相关能力。然后根据培训需求分析，结合以往新入企员工培训的经验，研讨制定出新入企员工培训与评价的系列方案、制度。

- 1、提高了思想认识和政治觉悟，增强了作为新入企员工培训组织与辅导者的责任感与使命感。通过学习，我真切感受到了培训管理（班主任）工作所承载的使命，感受到了贵州电网公司对员工整体素质与能力水平的要求日益提高。通过学习，我们对组织与辅导者角色的重要性有了进一步的认识。努力提升新入企员工培训组织与辅导者的知识与管理能力，对于帮助新入企员工尽快融入企业、适应工作需要具有重要作用。

- 2、搭建交流平台，促进了经验与知识的共享

本期培训班共有来自电网公司各基层单位的学员35人。我们

充分利用这次培训机会，结合新入企员工集中培训的特点，进行了工作方案的研讨。过程中，大家就新员工入企培训的方案及制度的形成进行了广泛和热烈的交流，通过相互借鉴、取长补短，共同探讨在员工培训工作中的新情况和新问题，携手完成了xx年新入企员工培训与评价的全程策划，形成系列方案、制度。

在本次培训学习中，通过授课，了解了大学生的心理特征，掌握了团队沟通、组织的基本原理和方法，增长了不少知识，更使自己进一步认识到了作为一名培训管理及辅导者所承担的责任。通过学习研讨，拓展了自己的管理思路，丰富了培训辅导的方法，提高了写作能力。培训学习即将结束，今后，我一定会充分将所学、所悟、所感的内容应用到组织与辅导者的工作中去，做一个新时期合格的培训管理者和辅导者。

金秋十月，细雨绵绵，第二期学员培训班于10月11日正式开班，直至今天已经走进了尾声。学员们通过本次为期五天的学习，在老师慷慨激昂的授课中收获到了很多东西，拥有了友情、知道了团结的力量、得到了业务知识、理解了规章制度、体会了人生哲学。在本次培训中，我们有苦有甜，有欢笑有感动，作为这个大家庭当中的一员，我感触颇深。

121名来自全国各地的朋友们相聚在中行，相聚在同一个教室中学习，是中行带来的缘分让我们相见相识相知。茫茫人海中，我们每位成员的相遇可能是人生路上的一次偶然，也可能是命中注定的缘分，但是，我想说，存在的便是合理的。五天的相处和帮助，让我们每位同仁真正的抱在了一起，成为了一支团队，使得每名成员有了更加强烈的集体荣誉感，我们为了共同的目标通力协作，我们同荣辱，共进退，困难面前不气馁，逆境面前不放弃。

在培训的第一天首先为我们讲课的是黄洁行长，黄洁行长给我们介绍了中国银行江西省分行的现状以及未来的发展方向，明确了作为一名中国银行的员工应该具备的素质，为我们以

后的职业发展规划指明了方向，使得我们更了解了中行，更了解自己的岗位。黄行长从百忙之中抽出时间给我们讲授的这节课，使得我们都受益匪浅。

当天下午培训教师组为我们组织了一次拓展训练，主题是我们的十字方针，诚信，绩效，责任，创新，和一谐。在每一个精心设计的游戏当中我们都用心去体会，把它当做社会的缩影，人生的缩影。它将我们每个惯勿相交的独行者真正的联结在了一起，我们手拉手，唱着队歌，肩并肩，喊着口号。我们领悟到了很多，认识到了自己身上的不足，找到了阻碍自己进步的绊脚石，有了团队合作意识，理解了如何去打造一个卓越团队，明白了团结的力量大过一切，它让我重新审视了一遍自己的人生，重新审视了这个世界，收获颇丰。

在接下来的几天当中，我们进入了业务知识的学习阶段。银行业务风险管理，公司业务，国际结算业务，资金业务，个人负债业务，个人资产业务，理财业务，电子银行业务，银行卡业务等。各位主讲老师都是各个部门的业务骨干，通过他们的介绍，我们对以后所要从事的职业有了更清醒的认识，虽然大多数学员都不具备专业的金融知识水品，但经过这几天的业务知识培训后，我们对银行的内部运营机制也有了大体的了解，也比较清楚地理解了银行各部门的职能和责任以及银行各种金融产品的特点和性质，学到了很多在课本以外在学校也很难学到的东西。

所有业务知识培训结束后，我们举办了一个班会，在班会上老师代表、班委代表、各组员代表分别对本次培训进行了总结讲话，之后我们以才艺表演和团体游戏的形式结尾，体现出我们的合作团结意识。最后又举行了一场闭卷考试，这也算是对我们这几天学习的一次阶段性总结。

这次培训我感受最深的就是一种思维的转变，从学生时代的思维方式转换成为一个职业人的思维方式。在学校期间，我对自己将来的发展虽然有一些笼统的概念，但是不能具体的

细化的学习生活中的每一个环节，而自从参加完这次培训以后我知道了，要想实现自己的职业追求，必须从日常的点滴进行积累，改变自己的习惯，重塑自己的价值观。一个人的价值观决定他的行为，而行为会逐渐形成习惯，习惯最终会决定一个人的命运，这些道理相信每个人都懂，但是做起来确实很难。思维和行动之间的距离是最远的这句话一点也不假，有了自己的目标，如何行动怎么执行这些问题都是我这几天不断在脑子里面思考的东西。作为一个刚加入到银行的新人来说，目前的.我对自己的行动指引是：要端正态度、尽快的融入到团队当中，多学习、多问、多思考，快速行动，少说多做，从点滴的小事做起，全面深入的了解单位，培养自己的职业精神。

一直以来中行坚持着追求卓越，创建国际一流的大银行的宗旨，可以说是任重道远，这对于我们这些新入行的员工来说无不是一种鞭策，我们要时刻铭记中行的宗旨，不断努力，以十字方针诚信，绩效，责任，创新，和一谐为价值观指引我们的工作，将个人职业生涯的发展和中国银行的发展紧密地结合起来，成为中国银行发展和创新的新鲜血液。

短暂的培训即将结束，同学们虽然来自不同的学校，但是短短的五天时间大家培养了深厚的感情，这段经历终将在我们的心里留下最珍贵的回忆。时间虽然短暂，我们学到的也毕竟有限，但它至少在我们心里种下了一颗种子，只要时机成熟，这颗种子就一定会开花、结果。这次培训对我们来说是人生重要的转折，它把我们象牙塔带入了职场，我们这些新员工虽然仅仅是一张白纸，但是我相信在这些目标的指引下，肯定会伴随中行的发展而逐渐成长起来，会使我们从一个青涩的学生走向一个有责任心、充满自信的职业人。希望我们把这份激情带到未来的工作中，踏踏实实的走好每一步，与中国银行共同发展。

培训军训完心得体会篇七

作为一个普通大学生，在这一两个月的暑假时间里，我经历了培训和军训的双重磨练。在这期间，我深切地感受到了自己的薄弱之处，也感受到了训练带给我的巨大成长和收获。在这篇文章中，我将分享我在培训和军训过程中的心得和体会。

二、培训篇

培训时，我们学习了很多理论知识和实践技能。这些课程涵盖了如何提高沟通技巧、如何有效领导、如何做好时间管理等方面。通过培训，我认识到自己实际上所缺失的不仅是技能，更是心态。我意识到了反思自己、倾听别人等沟通方面的不足，并学会了如何专注于目标，保持乐观心态，同时又保持谦虚、勤奋和自律的态度。在培训后，我的敏感性、沟通能力和领导技能都有了很大的提高。这让我看到了自己的潜力和成长空间，也让我有了更多的自信。

三、军训篇

军训是本次磨练的另一个部分。在军训中，我习得了纪律、团队合作和抗压能力。首先，军训使我认识到了倾听和服从命令的重要性以及团队意识。通过训练和反思，我逐渐明白坚定信心，不放弃并能克服困难的重要性。在训练中，队友之间互相照顾贯穿始终，我也发现团队配合是成功的关键，通过互相协助，我也学会了如何分担责任、互相支持。这些经验远非仅限于军事场合，它们使我更强大、更有信心和更有能力完成其他方面的挑战。

四、培训与军训的联系

通过这次双重磨练，我意识到培训和军训两者是相辅相成，互相提升。培训教授了我实用的知识和技能，以及实现这些

目标所需的心态。而军训则教会了我严格的纪律、对任务的忠诚度和团队精神等，这些都是实现个人目标所必需的。当然，所有这些都是需要持续的努力和决心。

五、总结

在本次双重磨练中，我充分感受到了自己的成长和进步。无论是在培训中，还是在军训中，我深刻地意识到了自己的不足之处。但同时，我也学会了如何克服挑战、坚定信心，以及如何做好时间管理、保持乐观和专注等方面。在这个过程中，我感受到了自己的成长，也喜欢在这个过程中认识到了自己的力量。我相信，这次双重磨练不仅有助于我在学习、工作等方面更加优秀和卓越，也对我的人生产生了积极的影响。